

ORAL
ÁREA SALUD**Comparación entre los valores glucémicos en sangre antes, durante y después de la práctica de danzas latinoamericanas en pacientes adultos con diabetes mellitus tipo 2*****Comparison between blood glucose values before, during and after practice of latinamerican dances in adult patients with type 2 diabetes mellitus*****Director:** *Cristina Estrella*^{1,2}**Integrantes del proyecto:** López, Rodrigo^{1,2}; Caridi Mariano^{1,2}¹ Facultad de Educación, Universidad Juan Agustín Maza, Mendoza, Argentina² Hospital Lagomaggiore, Mendoza, ArgentinaContacto: dardo_85@hotmail.com

Los beneficios para la Diabetes Mellitus 2 (DM2) que se asocian con la práctica de ejercicios físicos han sido ampliamente documentados durante el último decenio. Según criterios científicos se observa, entre otros, un efecto positivo sobre el control glucémico debido a los mecanismos que se ponen en juego, tales como la contracción muscular que incrementa la captación de glucosa, el aumento de la sensibilidad a la insulina, el mejoramiento de las vías de almacenamiento del glucógeno hepático, etc. Dentro de las actividades físicas planeadas en el hospital Lagomaggiore de Mendoza, se encuentran las danzas latinoamericanas por ser altamente motivantes y generadoras de un ambiente alegre y predispuesto en los grupos de personas enfermas. Estas danzas han sido una parte integral de la cultura y la sociedad argentinas. Algunos bailes

se han desarrollado de forma tradicional por cientos de años mientras que otros solo cuentan con una invención reciente y formal. Aunque los bailes varían mucho entre sí, los ritmos sincopados y las formas musicales regionales son comunes entre ellos. Partiendo de estas premisas y del conocimiento previo sobre la correcta implementación práctica del ejercicio físico en pacientes con DM2, surge la necesidad de conocer los niveles de variación que los mismos presentan, en los índices glucémicos en sangre durante y después de la práctica de las mencionadas danzas.

El presente estudio se está llevando a cabo en el hospital Luis Lagomaggiore en convenio con la Universidad Juan Agustín Maza de la provincia de Mendoza. La investigación es de tipo descriptivo, comparativo con diseño cuasi experimental longitudinal realizado en una muestra no probabilística de 30 sujetos de ambos sexos, con DM 2 que concurren al grupo de pacientes con riesgo cardiovascular del hospital Luis Lagomaggiore y que tienen un mínimo de dos años de permanencia en el mismo.

El objetivo es establecer la variación de los índices glucémicos en sangre evaluados en sujetos adultos con diabetes tipo 2 antes, durante y después de practicar danzas latinoamericanas. Durante la ejecución de las danzas, la intensidad será entre baja y moderada observada en pacientes betabloqueados, con la escala subjetiva de Borg modificada (nivel 4-5), y en el resto de los participantes se mantendrá una intensidad entre el 50 y 70% de la frecuencia cardíaca máxima, durante 60 min. de la práctica dada en forma intermitente. Se medirán los valores de glucemia sanguínea en ayunas y postprandial antes de comenzar con la intervención de las danzas seleccionadas, luego se harán las mediciones a los 30 y 60 minutos de comenzadas las danzas y finalmente 2 horas después de finalizada la sesión. Todo esto será llevado a cabo con instrumentos estandarizados, lo que nos permitirá ajustarnos a los parámetros establecidos en los protocolos internacionales de interpretación.

Hasta el momento, para llegar en condiciones óptimas a la fase de medición de las variables, los pacientes están familiarizándose con las distintas danzas, las cuales se realizan en forma coreografiada o libre; las danzas son: cha cha cha, salsa, samba, mambo, rumba, bachata, tango y folklore argentino.

En septiembre de 2015 se concretarán las mediciones finales para dar cierre al presente estudio. Las pruebas estadísticas que se aplicarán serán las de tendencia central y ANOVA para muestras pareadas.